



**LA MUTUALITÉ FRANÇAISE GRAND EST
MET EN PLACE À CHAUMONT (52) LES RENCONTRES SANTÉ :**

BIENTÔT LA RETRAITE !

Le passage à la retraite peut être vécu différemment selon les individus. Moment attendu pour les uns, transition difficile pour les autres, cette étape de la vie est capitale pour chacun et implique des changements de modes de vie, de place au sein de la famille, de revenus, etc. Préparer sa retraite peut permettre d'aborder plus sereinement la cessation d'activité professionnelle et d'envisager d'autres projets.

Le sujet étant un thème important de santé publique, la Mutualité Française Grand Est se mobilise en mettant en place un cycle de cinq ateliers gratuits "Bientôt la retraite" à destination des personnes âgées de 55 à 65 ans en activité professionnelle ou jeunes retraitées à Chaumont en Haute-Marne (52).

- 🔊 **SÉANCE DE PRÉSENTATION DES ATELIERS** : *mardi 9 mai 2017 de 18h à 19h30*
au réseau Canopé, 10^{bis} boulevard Gambetta à Chaumont.
- 🔊 **ATELIER "SAVOIR GÉRER SON PATRIMOINE"** : *lundi 29 mai de 17h30 à 19h30*
Animé par un notaire Les régimes matrimoniaux
 La répartition des biens
 La fiscalité de la succession
- 🔊 **ATELIER "CONNAÎTRE LES CLÉS POUR BIEN VIEILLIR"** : *jeudi 8 juin de 17h30 à 19h30*
Animé par un médecin Les changements physiologiques
 Un mode de vie adapté (alimentation et activité physique)
 Les bilans de prévention
- 🔊 **2 ATELIERS "RÉFLÉCHIR À CETTE NOUVELLE ÉTAPE"** : *lundi 12 et 19 juin de 17h30 à 19h30*
Animés par une psychologue Les idées reçues
 Les événements de vie
 Les projets futurs
- 🔊 **ATELIER "REPENSER LA RELATION DANS LE COUPLE"** : *lundi 26 juin de 17h30 à 19h30*
Animé par une psychologue
- 🔊 **ATELIER "RENCONTRER LE MONDE DU BÉNÉVOLAT"**
Animé par des bénévoles Connaître les activités bénévoles au sein de sa commune
 Renforcer son rôle social

📞 **Renseignements et inscriptions** : 03 26 84 51 73 ou dfamiliari@mfg.fr